



II. MODUŁY DO WYBORU Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI - rozpisane na przedmioty																								
MODUŁ Specjalność: Trener przygotowania motorycznego																								
1.	Specjalność: Trener przygotowania motorycznego	Kształtowanie sprawności specjalnej - gry zespołowe	78	6	0	78	13	1		13	1		13	1		13	1		13	1	ZO	E	6	
2.		Kształtowanie sprawności specjalnej- sporty indywidualne	78	6	0	78	13	1		13	1		13	1		13	1		13	1	ZO	E	6	
3.		Zywnienie i suplementacja w przygotowaniu motorycznym	26	2	0	26										26	2					ZO		5
4.		Trening funkcjonalny	13	1	0	13								13	1							ZO		4
5.		Nowoczesne metody i środki treningu	13	1	0	13													13	1		ZO		4
6.		Identyfikacja potencjału zawodnika	26	2	0	26					26	2										ZO		2
7.		Planowanie i programowanie treningu	39	3	0	39	13	1			26	2										ZO	E	2
8.		Kształtowanie siły i mocy zawodnika	52	4	0	52					13	1		26	2		13	1				ZO		4
9.		Diagnostyka stanu wytrenowania zawodnika	52	4	0	52										26	2		26	2		ZO	E	6
10.		Kształtowanie szybkości	13	1	0	13					13	1										ZO		3
11.		Kształtowanie wytrzymałości	13	1	0	13	13	1														ZO		1
12.		Kształtowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych	13	1	0	13				13	1											ZO		2
13.		Profilaktyka urazów zawodnika	13	1	0	13													13	1		ZO		6
14.		Kształtowanie gibkości	13	1	0	13								13	1							ZO		4
			442	34	0	442	0	52	4	0	104	8	0	65	5	0	65	5	0	78	6	0	78	6